24.076 Zeleninová obloha - paprika
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
paprika	4,00	3,00	6,00	4,50	6,00	4,50	8,00	6,00
hmotnosť porcie v g	30		45		45		60	

Receptúra

Výrobný postup
Papriku umyjeme, očistíme, pokrájame na kolieska a poukladáme na tanier ako oblohu.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	39	9	0,34	0,1	0,0	1,4	0,6	4,2	0,2	0,02	0,0	0,0	45,1	0,0
B	58	14	0,51	0,2	0,0	2,1	0,9	6,3	0,3	0,03	0,0	0,0	67,6	0,0
C	58	14	0,51	0,2	0,0	2,1	0,9	6,3	0,3	0,03	0,0	0,0	67,6	0,0
D	78	19	0,68	0,2	0,0	2,8	1,2	8,4	0,4	0,04	0,0	0,0	90,2	0,0